

おいしく食べて 元気に遊ぼう！

R3 12月 諏訪保育園

食べるのが大好きな諏訪保育園の子どもたち。いろいろな野菜を自分達で育てたり、楽しく・おいしく食べたりして元気な心と体をつくっています。春から年長組を中心にして取り組んできた食育活動や毎月の食育集会の様子を紹介します。

たのしいな！さつまいもクッキング

11月、年長組は園でとれたさつまいもを使って春巻き作りをしました。ゆでたさつまいもをつぶして丸めて春巻きの皮で巻きます。「つぶすの楽しいな！」「春巻きの皮で包むのが難しい」などと言いながら、楽しく作りしました。

出来上がった春巻きは、おやつに全園児でおいしくいただきました。



寒い中、大根の収穫をしたよ

12月、晴れ間を見て大根の収穫をしました。とても寒かったですが、気合いを入れて「うんとこしょ、どっこいしょ」の掛け声で大根を引き抜きます。「自分で大根洗いたい！」と子どもたちから提案があり、冷たい水で、たわしを使って洗いました！



冬の野菜を知ろう！

月に1度の食育集会。10月は冬野菜がテーマでした。「この白くて細い食べ物は何でしょう？」と先生が聞くと、「うどん！」「そば！」「ラーメン！」などと、子どもたちから声が上がります。「正解は…大根です」と先生が言うとみんなびっくり！塩に漬けた大根はふにゃふにゃになることを知りました。



うどんみたいだけど、
じつは大根だよ!!

食育目標(1~3月)

つくし組(0歳児)

友だちと一緒に楽しく食べる

ちゅうりっぷ組(2歳児)

いろいろな食べ物に慣れ、苦手なものでも少しずつ食べようとする

もも組(3歳児)

食事のマナーや箸の持ち方に気を付けながら楽しく食べる

すみれ組(4歳児)

いろいろな食材に関心を持ち、友だちと楽しく食事をする

ひまわり組(5歳児)

就学に向けて食事の時間やマナーを見直し、友だちと楽しく食べる